

# 月案

2022年  
2月

社会福祉法人 一越会  
ぱれっと

〒371-0016 前橋市城東町3-20-7  
TEL027-260-6888 Fax027-235-5801  
児童発達責任者 井上 裕太  
http://www.hitokoshi.org  
E-mail : info@hitokoshi.org

## 今月のねらい

生体の生活リズムを整える

◎早寝、早起きの習慣を確立させる。

・朝の光を浴びることで24時間にリセットされます。

・目覚めてから活動に入るまでに2時間以上で活動に入るためのからだの準備が出来ます。

◎朝、排便する習慣をつけましょう。

朝、決まった時間にトイレに行くことで排便の習慣を身に付けることが出来ます。

## 《今月の予定》

日	活動内容
1(火)	基礎運動・微細・認識学習 / 集団活動
2(水)	戸外歩行・微細・認識学習 / 集団活動
3(木)	基礎運動 / 音楽(歌・太鼓)
4(金)	基礎運動・微細・認識学習 / 集団活動
5(土)	基礎運動・絵手紙教室 / 集団活動
6(日)	
7(月)	基礎運動・微細・認識学習 / 集団活動
8(火)	基礎運動・微細・認識学習 / 集団活動
9(水)	戸外歩行・微細・認識学習 / 集団活動
10(木)	基礎運動 / 音楽(歌・太鼓)
11(金)	建国記念日
12(土)	戸外歩行・ジョギング / 集団活動
13(日)	
14(月)	基礎運動・微細・認識学習 / 集団活動
15(火)	基礎運動・微細・認識学習 / 集団活動
16(水)	戸外歩行・微細・認識学習 / 集団活動
17(木)	基礎運動 / 音楽(歌・太鼓)
18(金)	基礎運動・微細・認識学習 / 集団活動
19(土)	基礎運動 買い物(昼食) / 集団活動
20(日)	
21(月)	基礎運動・微細・認識学習 / 集団活動
22(火)	基礎運動・微細・認識学習 / 集団活動
23(水)	天皇誕生日
24(木)	基礎運動 / 音楽(歌・太鼓)
25(金)	基礎運動・微細・認識学習 / 集団活動
26(土)	微細・認識学習・集団活動 / 13:00降会
27(日)	
28(月)	基礎運動・微細・認識学習 / 集団活動

## 今月の運動

◎抗重力筋を育てる。(直立と直立二足歩行の獲得)

手と足の協応運動 (綱引き、縄跳び、戸外歩行・ジョギング・ジャンパリズム、段差昇降)

◎腕・肩を使った運動

固定遊具 (ジャンパリズム、ぶら下がり、鉄棒、綱引きなど)

道具を使う【 バトント、ボール、タオル運動 (握る、引っ張る) 】

## 今月の認識学習 / 微細活動

◎認識学習

・詩を聴く、感想を話す ・ 書写、ゆっくり丁寧に書く

①詩を聴く。

②詩の内容に触れる (詩に出てくる音を聴く、詩に出てくる内容を実際に経験してみる)

◎微細活動

・洗濯 (濯ぐ、洗う、干す、干し方、乾いていたら畳む、自分の洋服も含む等)

・掃除 (濯ぐ、絞る、拭く・掃く、集める、捨てる)

## 全体へお知らせ

☆戸外歩行に関して

現在、詩を読み、その中で感じた事、出てきた事に関して実際体験・経験を増やして行きたいと考えています。

雨の日、雪の日があれば子ども達と外に出て寒さや温かさ、雨・雪の音、白い息が出るなどたくさん経験していきたいと思えます。

その日の天気によって、少し外に出る、歩くことがございます。手袋、ネックウォーマー又はマフラー、帽子の準備や、傘、カッパの準備をお願い致します。

※着替えのストック等の確認をお願い致します。

※置きリュックがある方、着替えの確認をお願いします。